

# Acceptance and Commitment Therapy

5 dage oplevelsesorienteret workshop



funktionel psykologi

## OPEN UP BE PRESENT HEXAFLEKSET

# ACT *Acceptance and Commitment Therapy*

Juni 2017

### Dato

Modul 1: 7, 8, 9. juni '17  
Modul 2: 22 & 23 Juni '17

### Tid:

Kl. 9:00-16:00

### Sted

København

### Pris

7.000Kr

### Underviser

Max H Bøhling, *peer reviewed ACT trainer*

### Mere information

t: +45 4245-4600  
e: kontakt@cffp.dk  
w: www.cffp.dk

### Tilmelding

www.cffp.dk

### 5 dage praksisnær og oplevelsesorienteret workshop

Praksisnær workshop i **Acceptance and Commitment Therapy (ACT)**, der over 5 dage og 30 timer sætter dig i stand til at starte arbejdet med ACT i praksis. Du bliver introduceret til teori og træner konkrete interventionsøvelser i og mellem workshop modulerne.

### ACT

ACT er en evidensbaseret 3. bølge kognitiv terapiform og en videreudvikling af Skinners adfærdsterapi. Interventionsmetoden er "almenmenneskelig" og transdiagnostisk, hvor udgangspunktet for psykiske udfordringer forklares ved klientens uvirksomme forsøg på at kontrollere det naturlige samspil mellem følelser, tanker, kropslige fornemmelser og situation. Forskning har vist, at metoden bl.a. kan anvendes til håndtering af angst, OCD, depression, kronisk smerte og skizofreni. Udover den kliniske relevans i forhold til behandling af diagnoser er metoden egnet i motivations- og afklarende samtaler.

### Undervisning

Workshoppen veksler mellem korte oplæg, demonstrationer, øvelser og færdighedstræning. Deltagerne inviteres til at komme tæt på metoden og de udfordringer, der opstår. Programmet er delt i to moduler med henblik på, at deltagerne træner færdigheder og indsamler udfordringer imellem modulerne.

**Modul 1 (3 dage) Intro:** Introduktion til teori, ACT hexaflekset, caseformulering, behandlingsfokus, funktionsanalyse, metaforer, hjemmearbejde. Arbejde med konkrete interventionsøvelser, der forberede deltagerne på at afprøve arbejdet i egen praksis.

**Modul 2 (2 dage) Fortsættelse:** Opfølgning på egne erfaringer, løbende se og adressere rigiditet, brugen af sig selv i terapi, micro- and macro functional analysis, case analyser, udfordrende klienter, fokuseret ACT og matricen.

### Forberedelse

Inden kursusstart får du adgang til artikler, der beskriver metode og forskning. Herudover anbefales deltagerne at erhverve bogen "Acceptance and Commitment Therapy", *Hayes, Strosahl & Wilson (2013)*

### Underviser

Max H Bøhling, specialist i psykoterapi, phd og international peer reviewed ACT trainer. Max er ejer af Center for Funktionel Psykologi og arbejder med supervision, undervisning og klienter. Herudover samarbejder Max med den Australiske psykolog og forfatter Russ Harris omkring supervision og træning af psykologer i ACT.